

УТВЕРЖДАЮ
заведующий филиалом
МОБУ Башкирская гимназия
с.Большеустыкинское
СОШ с.Алегазово

Заляева Э.Р.

Рацион: Школьное меню

День: 05.05.2026

Неделя: 2

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
54-34с	Суп из овощей с фрикадельками мясными	250	10,75	7,56	17,17	179,8
ТК № 305,11	Кисель витаминизированный "Витоша"	200	0	0	23,5	95
54-19з- Пром.	Хлеб пшеничный с маслом сливочным (порциями)	55	3,5	7,65	22,23	171,6
Пром	Яблоко	200	0,8	0,8	19,6	88,8
Итого за Завтрак		705	15,05	16,01	82,5	535,2
Обед						
54-15з	Икра свекольная	100	2,26	7,13	11,44	118,8
54-11с	Суп крестьянский с крупой (крупя перловая)	250	6,4	7,24	13,47	144,5
54-5м	Котлета из курицы	90	17,18	3,88	12,04	151,8
ДП-6г	Каша гречневая с овощами	150	7,29	6,95	32,86	223,3
54-33хн	Напиток апельсиновый	200	0,19	0,04	7,98	33
Пром	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,3	14,8	70
Итого за Обед		845	37,32	25,84	100,99	784,4
Итого за день		1550	52,37	41,85	183,49	1319,6